

PRZEDSIĘBIORSTWO MARKETINGOWO – USŁUGOWE
„MANAGER – POL”
41-800 ZABRZE, PLAC WARSZAWSKI 5
„AMBASADOR RESORT”
DZIERŻNO, NA GROBLI 2
TEL: 508-135-083;
517-147-666; 506-174-870

JADŁOSPIS 02.04.2024 – 03.05.2024

PRZEDSZKOLA bezmleczna

DATA	MENU PODSTAWOWE
02.04.2024 WTOREK	ŚNIADANIE: chleb mieszany**, szynka drobiowa z kurczaka, sałata lodowa, herbata, ZUPA: ogórkowa na wywarze drobiowo - jarzynowym*** z ziemniakami II DANIE: racuchy**/*****/bez mleka z jabłkami Kompot owocowy PODWIECZOREK: budyń czekoladowy na wodzie
03.04.2024 ŚRODA	ŚNIADANIE: chleb mieszany**, pasta drobiowa własnej produkcji z dodatkiem soczewicy i nasion chia, herbata ZUPA: grysikowa** na wywarze drobiowo - jarzynowym*** II DANIE: kotlet schabowy panierowany**/*****, ziemniaki gotowane, surówka z białej kapusty z oliwą z winogron, kukurydzą, zielonym groszkiem i rukolą PODWIECZOREK: świeże jabłko, chrupki kukurydziane Kompot owocowy
04.04.2024 CZWARTEK	ŚNIADANIE: owsianka na wodzie z tartą gruszką i cynamonem, pieczywo mieszane** - chleb i wek pszenny, miód, herbata ZUPA: barszcz ukraiński na wywarze drobiowo – jarzynowym*** z fasolą i ziemniakami , bez zabielenia II DANIE: risotto z mięsem drobiowym i warzywami – marchew, brokuł i kalafior Kompot owocowy PODWIECZOREK: wypiek własny – bezmleczny z jabłkami

<p>05.04.2024 PIĄTEK</p>	<p>ŚNIADANIE: pieczywo mieszane** - chleb tradycyjny pszenno – żytni, chleb razowy, wędlina z indyka, pomidor, herbata ZUPA: pomidorowa na wywarze drobiowo – jarzynowym*** z drobnym makaronem** II DANIE: paluszki rybne **** wysokogatunkowe, ziemniaczki gotowane, surówka z marchwii i selera*** z oliwą Kompot owocowy PODWIECZOREK: kisiel z ananasem</p>
<p>08.04.2024 PONIEDZIAŁEK</p>	<p>ŚNIADANIE: chleb mieszany**, polędwica z warzywami, sałata zielona, herbata, ZUPA: żurek** na wywarze mięsno - warzywnym*** z ziemniakami II DANIE: buchty** z sosem owocowym na kiślu i owocach czerwonych – truskawkach oraz czarnych i czerwonych porzeczkach Kompot owocowy PODWIECZOREK: mandarynka + chrupki kukurydziane</p>
<p>09.04.2024 WTOREK</p>	<p>ŚNIADANIE: pieczywo mieszane** - chleb pszenno – żytni i chleb ze słonecznikiem, pasta mięsna wieprzowo – drobiowa własnej produkcji z rzodkiewką i papryką czerwoną, herbata, ZUPA: ryżowa na wywarze drobiowo – jarzynowym*** z marchewką i zieleniną II DANIE: rumsztyk mięsny drobiowo – wieprzowy (70% / 30%) **/*****/bez mleka, ziemniaki, buraczki gotowane tarte Kompot owocowy PODWIECZOREK: tarta marchewka z jabłkiem</p>
<p>10.04.2024 ŚRODA</p>	<p>ŚNIADANIE: chleb mieszany**1/2, bułka - 1/2 ,dżem z czarnej porzeczki, herbata, ZUPA: krem brokułowy na wywarze drobiowo - jarzynowym*** II DANIE: pierogi**/***** z mięsem, okraszone cebulką, surówka wielowarzywna na bazie białej kapusty i świeżych warzyw z olejem rzepakowym Kompot owocowy PODWIECZOREK: wypiek własny – bezmleczny, z marchewką</p>
<p>11.04.2024 CZWARTEK</p>	<p>ŚNIADANIE: chleb mieszany**, szyneczka wieprzowa gotowana, mix ogórków – zielony i kiszony, herbata ZUPA: delikatna fasolowa z pomidorami na wywarze mięsno – jarzynowym II DANIE: kurczak w sosie własnym z warzywami (cukinią i papryką) i ryżem Kompot owocowy PODWIECZOREK: banan</p>
<p>12.04.2024 PIĄTEK</p>	<p>ŚNIADANIE: pieczywo mieszane – chleb zwykły i graham**, masło, pasta jajeczna**** ze szczypiorkiem, herbata ZUPA: pieczarkowa z makaronem** na wywarze drobiowo – jarzynowym***, bez zabielenia II DANIE: filet rybny panierowany****/*****/**w płatkach kukurydzianych, ziemniaki gotowane, surówka z kapusty kiszzonej z tartą</p>

	<p>marchewką, jabłkiem, cebulką i oliwą z oliwek</p> <p>Kompot owocowy</p> <p>PODWIECZOREK: mus malinowy</p>
<p>15.04.2024 PONIEDZIAŁEK</p>	<p>ŚNIADANIE: chleb mieszany**, polędwica sopocka, sałata rzymska, herbata,</p> <p>ZUPA: ziemniaczana na wywarze mięsno – jarzynowym***</p> <p>II DANIE: spaghetti** bolognese z mięsem mielonym wieprzowo – drobiowym (40%/60%) i pomidorami Pellati</p> <p>Kompot owocowy</p> <p>PODWIECZOREK: jaglanka na wodzie z owocami leśnymi</p>
<p>16.04.2024 WTOREK</p>	<p>ŚNIADANIE: chleb mieszany**, pasta drobiowa własnej produkcji z duszonymi warzywami, herbata</p> <p>ZUPA: rosół tradycyjny drobiowo – jarzynowy*** z makaronem**, marchewką gotowaną i zieloną pietruszką</p> <p>II DANIE: kurczak pieczony, ziemniaki gotowane , surówka z kapusty białej, marchewki i koperku z oliwą z oliwek</p> <p>Kompot owocowy</p> <p>PODWIECZOREK: sałatka owocowa</p>
<p>17.04.2024 ŚRODA</p>	<p>ŚNIADANIE: kasza manna na wodzie z bananem, chleb mieszany**, powidła śliwkowe, herbata</p> <p>ZUPA: kalafiorowa na wywarze drobiowo – jarzynowym z ryżem i koperkiem zielonym, bez zabielenia</p> <p>II DANIE: pyzy z mięsem okraszone cebulką, surówka z kapusty czerwonej</p> <p>Kompot owocowy</p> <p>PODWIECZOREK: wypiek własny – bezmleczny z owocami</p>
<p>18.04.2024 CZWARTEK</p>	<p>ŚNIADANIE: chleb mieszany**, szynka z kurczaka, ogórek zielony, herbata</p> <p>ZUPA: barszcz biały na wywarze jarskim z ziemniakami i majerankiem</p> <p>II DANIE: gulasz wieprzowy z szynki, kasza jęczmienna**, surówka z ogórka kiszzonego</p> <p>Kompot owocowy</p> <p>PODWIECZOREK: mus brzoskwiniowo – bananowym</p>
<p>19.04.2024 PIĄTEK</p>	<p>ŚNIADANIE: chleb mieszany**, pasta bezmleczna z rzodkiewką i zieloną cebulką, herbata</p> <p>ZUPA: krem pomidorowy na wywarze jarzynowym</p> <p>II DANIE: mintaj panierowany****/**/***** z dodatkiem ziaren sezamu***** w panierce, ziemniaki gotowane, surówka z marchewki</p> <p>Kompot owocowy</p> <p>PODWIECZOREK: budyń waniliowy na wodzie z malinami</p>
<p>22.04.2024 PONIEDZIAŁEK</p>	<p>ŚNIADANIE: chleb mieszany**, szyneczka konserwowa**, herbata</p> <p>ZUPA: ryżowa na wywarze jarzynowym z ziemniakami i zieleniną</p> <p>II DANIE: kaszotto** z kasz mieszanych z kurczakiem i warzywami</p> <p>Kompot owocowy</p> <p>PODWIECZOREK: banan</p>
<p>23.04.2024 WTOREK</p>	<p>ŚNIADANIE: chleb mieszany**, pasta mięsna z białą fasolą i papryką, herbata</p>

	<p>ZUPA: z fasolki szparagowej na wywarze jarzynowym z grysikiem**</p> <p>II DANIE: kotlet drobiowy z kurczaka w tradycyjnej panierce**/*****, ziemniaki gotowane, surówka „Coleslaw” z zieloną pietruszką bezmleczna</p> <p>Kompot owocowy</p> <p>PODWIECZOREK: galaretką z owocami leśnymi</p>
24.04.2024 ŚRODA	<p>ŚNIADANIE: pieczywo mieszane** - chleb i wek pszenny, powidła śliwkowe, herbata,</p> <p>ZUPA: tradycyjna jarzynowa*** na wywarze drobiowym z ziemniakami</p> <p>II DANIE: łazanki** z wędliną ** drobiową, pieczarkami i kapustą kiszoną</p> <p>Kompot owocowy</p> <p>PODWIECZOREK: wypiek bez mleczny z porzeczką</p>
25.04.2024 CZWARTEK	<p>ŚNIADANIE: chleb mieszany**, szynka drobiowa** gotowana, pomidor, herbata,</p> <p>ZUPA: bulion drobiowo – jarzynowy z ryżem, marchewką i zieloną pietruszką</p> <p>II DANIE: pulpety mięsne z mięsa mielonego drobiowo – wieprzowego, ziemniaki, sos pomidorowy**/bezmleczny, surówka z warzyw mieszanych na bazie słodkiej kapusty</p> <p>Kompot owocowy</p> <p>PODWIECZOREK: banan</p>
26.04.2024 PIĄTEK	<p>ŚNIADANIE: chleb mieszany**, pasta rybna z pomidorami, herbata,</p> <p>ZUPA: kapuśniak na wywarze mięsno – jarzynowym z ziemniakami</p> <p>II DANIE: paella z warzywami (por, groszek zielony, marchew, kalafior, papryka), kawałki pieczonego dorsza**** w marynacie ziołowej</p> <p>Kompot owocowy</p> <p>PODWIECZOREK: kisiel owocowy</p>
29.04.2024 PONIEDZIAŁEK	<p>ŚNIADANIE: chleb mieszany**, polędwica z indyka, sałata masłowa, herbata,</p> <p>ZUPA: barszcz czerwony na wywarze drobiowo – jarzynowym*** bez zabelania</p> <p>II DANIE: makaron** ze szpinakiem i kurczakiem,</p> <p>Kompot owocowy</p> <p>PODWIECZOREK: jabłko</p>
30.04.2024 WTOREK	<p>ŚNIADANIE: chleb mieszany**, pasta mięsna wieprzowo – drobiowa z pomidorami, herbata,</p> <p>ZUPA: „Minestrone” na rosole drobiowo - jarzynowym</p> <p>II DANIE: kotlet mielony tradycyjny****/**, ziemniaki, surówka z buraków czerwonych z jabłkami i cebulką</p> <p>Kompot owocowy</p> <p>PODWIECZOREK: mus z ciemnych owoców</p>
02.05.2024 CZWARTEK	<p>ŚNIADANIE: chleb mieszany**, szyneczka wieprzowa w stylu włoskim, herbata,</p> <p>ZUPA: brokułowa na wywarze drobiowo -jarzynowym</p> <p>II DANIE: naleśniki**/*****/bez mleka ** z dżemem</p> <p>Kompot owocowy</p> <p>PODWIECZOREK: kisiel</p>

***Z przyczyn technicznych oraz logistycznych zastrzegamy sobie prawo do dokonywania drobnych zmian w jadłospisie**

Gramatura:

ZUPA – 250 ml

Mięso/ ryba – 70 g

Ziemniaki / ryż/ kasza/ makaron – 110 g

Surówka/salátka – 70 g

Danie jednogarnkowe – 250 g

Pewne propozycje menu mogą być podane nie na wagę lecz na sztuki, których ilość wynikać będzie z wielkości jednostkowych części dania i kaloryczności całego posiłku.

Podobnie jak podane widełki gramaturowe poszczególnych części obiadu związane są z całościową kalorycznością dania.

- kaloryczność całego obiadu: - 600 - 800 kcal

ALERGENY:

* - białko krowie

** - gluten

*** - seler

**** - ryby

***** - jajko kurze

***** - soja

***** - gorczyca

***** - sezam

Powyższe alergeny pojawiają się w naszych potrawach najczęściej, i pojawiły się w w/w jadłospisie.